**A nyílt napon részt vevő**

**Master mind csapatunk tagjai ,**

**előadói és kiállítói**



**Szendrey Anna Santal team** szakmai vezető, IFFA personal trainer, aerobic és rekreáció edző, funkcionális és TRX trainer, táplálkozási tanácsadó,Wellness Cafe tanácsadó Biyovis tanácsadó



**Szentes Gábor**  Santal wellness club tulajdonosa, felnőttképzési manager, oktatási vezető



**Ruppert Csilla** az IWI testépítés edzői szakának hallgatója TRX trainer



**Géringer Noémi** – Santal team dietetikusa – Santal gyerek és felnőtt fogyás programok kidolgozója

**Kiss László** Üzletvezető NaturCenter BioBolt Paks, Dózsa Gy.u.6

biotermékek bemutatója és vására

●●●

[Ide írhatja a dokumentumból idézett szöveget vagy egy érdekes kérdés összefoglalását. A szövegdoboz a dokumentum tetszőleges pontján elhelyezhető, és formázását a Rajzeszközök lapon adhatja meg.]

●●●

****

**Tibai Eszter** mesterkozmetikus, Biyovis szaktanácsadó Paks – előadás és vásár

**Sudárné Versánszy Erzsébet** mesterkozmetikus /Tolna

**Tű nélküli mezoterápia az öregedés megállításába**n – előadás és kezelések

**Kiss László** – NaturCenter Paks, – biotermékek bemutatója és vására

**Dobosi Pincészet** – bioborok , levek – előadás és vásár

**Piszke Oko Kft –** bio kenyér, péksütemény, gabona – előadás és vásár

**Sebestyén Szivia** Makrobiotikai Intézet, Budapest – előadás és főzőshow

**Kiss Anita** – Body-balls prominent trainer, aerobic edző – Budapest – csoportos torna

**Nemes Nikolett** stilus designer – Anzse ruhaboltok tulajdonosa

**Kovács János** mester szakács – előadás - Ehető virágok

**Pálné Tamásné Márti** – biorezonancia az állapotfelmérésben- egész napos állapotfelmérések és tanácsadás

**Paksi Chen stilusú Tai JiQuan sportegyesület – Tai Chi aaz egészségmegőrzésben -** bemutató

**Résztvételi díj és feltételek**

**A nyílt nap ára : 3500 Ft**

**Ami tartalmazza**:**Az egész napos előadásokat és mozgásprogramokat, egy 3500 Ft értékű hypoxitraining kezelést, egy makrobiotikus ebéd kóstolót, egy ásványvizet és egy ajándék kupont!**

**CSAK a regisztrációs díj befizetésével lehet a programon helyet biztosítani a jelentkezés sorrendjében !**

**Befizetési határidő : 2010 szept. 30**

**amennyiben hamarabb megtelnek az órák, mint a jelentkezési határidő, ebben az esetben nincs lehetőségünk több jegyet eladni!**

**Befizetés helye ,jegyárusítás és a választott programokra feliratkozás:**

**Santal Wellness Club Paks, Tolnai út 12**

**06 20 51 22 681**

**A programban helyszíni jelentkezés nincs, mert meghatározott számű ebédünk és helyünk áll rendelkezésre !!!!**

A programban mindenki saját felelősségére vesz részt. Amennyiben egészségügyi problémái vannak vagy a gyernmek fogyásprogramunk érdekli , abban az esetben bővebb felvilágosítás a következő számon : 06 20 51 22 681 - Szendrey Anna szakmai vezető

**Figyelem ! Óriási vásár biotermékekből, bio táplálék kiegészítőkből, sport ruházatból viztisztitókból és hatalmas bérletakció csak ezen a napon a hypoxitrainer kezelésekból, a Santal zsírégető klub havi dijából , negyedéves éves mozgás bérletekből , személyi edzésekből !**

**Vitaminpénztár kártyát elfogadunk !**



**Santal Wellness Club**

[**www.szendreyanna.hu**](http://www.szendreyanna.hu)

**Paks, Tolnai út 12**

**Nyílt mozgás és életmód nap a professzionális fogyásról**

**Időpontja : 2010. október 2 szombat**

**Hogyan lehet biztosan minden korosztálynak lefogyni ?**

* **Mozgásprogramok a Santal wellness klub ajánlásával, melyek tudományosan bizonyítottak a fogyásban - most budapesti vendég edzőkkel is !**
* **Előadások az egészséges ételek készítéséről és beszerzéséről a biztos fogyás étrendi pilléreiről**
* **2010 kozmetikai trendjei a fogyást kiegészítve – tű nélküli mezoterápia – hypoxitrainig, rádiófrekvenciás zsírleszívás**
* **Bemutatkozik 6 hetes Santal átváltoztatjuk zsírégető klubbunk – méregtelenítés – testreszabott mozgás és étkezési kontroll biztos fogyással – október 15 től indul**
* **Egész napos stilus és smink tanácsadás fogynivágyóknak – Moletten is csinosan !**
* **Rövidesen házhoz szállitják Pakson is –makrobiotikus főzőshow és kostoló**

**Invitáló**

**Ülő életmódunk, tartósított gyorsételeink, hormonváltozásaink bizony idővel hozzásegítenek bennünket ahhoz, hogy testzsírszázalékunk növekedjen**, izületeink deformálódjanak, keringési problémák kerüljenek előtérbe. A Santal Wellness Club szakemberei komplexen kinálnak megoldást az ésszerű táplálkozás, a testmozgás területén és mindennapi stresszeink kezelésében. Hiába mozog, ha nem a célnak megfelelő testmozgást végzi, nem mozdul a súly torna mellett, ha nincs hozzá igazított étkezési kontroll, és mit sem ér erőfeszítésünk, ha stresszes időszakot élünk, és nem tanuljuk meg felismerni és kezelni a problémáinkat !

Sok szerettel várjuk Nyilt napunkon, ahol mozgásprogramjainkban a sportudomány legújabb fejlesztései, testkezeléseinkben a legmodernebb gépek és módszerek, előadásainkban pedig a legegyszerűbben követhető életmódtanácsok karöltve segítenek Önnek abban, hogy vágya – a jobb körérzet, a feszesebb bőr, a jobb kondició és a tartós testúlycsökkentés ne csupán vágy hanem megvalósult cél is legyen ! **A programban színekkel jelöltük a mozgásprogramokban a terhelési szinteket, az aktuális edzettségi szintjének megfelelő edzést válasszon !**

zöld – kezdőknek 14 től 70 éves korig is végezhető edzések

narancs a kezdő és középhaladók edzését jelöli

Szendrey Anna Mária

Santal szakmai team vezetője

# treszabása

Amikor megismeri, hogy a dokumentumok későbbi használata mennyire leegyszerűsíthető a sablonok módosításával és újbóli mentésével, bizonyára át szeretné majd alakítani az összes meglévő sablonját. Ezt a prospektussablont a következőképpen alakíthatja egyedivé:

1. A mintaszöveg helyére illessze be saját cége adatait.

Az egészséges fogyásról

**Szépítész** **Mozgás** **Előadás**

**szekció** **szekció** **szekció**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. kezelő  10.00 – 16.00 óráig  Egyéni stilus elemzés és tanácsadás  Nemes Nikolett  Bejelentkezés az időpontra a regisztrációkor !  /ingyenes /  2.kezelő  10.00 – 10 45 ig előadás  Tű nélküli mezoterápia a bőrfeszesítésben – Sudárné Versánszy Erzsébet mesterkozmetikus 11.00 – 16 .00 ig bemutató kezelések Bejelentkezés a Regisztrációkor /ingyenes /  3.kezelő  A vaskosabb comb és pocak végleges eltüntetése hypoxitraininggel  20 perces Hypoxitraining bemutató kezelések egész nap – bejelentkezésre - ingyenes  4. es kezelő  Biorezonanciás állapotfelmérés és tanácsadás  11.00 – 18.00 ig  Bejelentkezés a regisztrációkor ! | 9.15 – 10.15  Santal átváltoztatjuk zsírégető torna kezdőknek  Egy óra ahol pulzus méréssel , változatos eszközhasz - nálattal, izület kimélően de mégis hatékonyan mozgatjuk át a testünket ! – minden korosztály nak ajánljuk !  Szendrey Anna  maximum 30 fő | 8.30 – 9.00  Megnyitó -  A biztos fogyás programja  Milyen mozgás , milyen étkezés szükséges ahhoz hogy biztos legyen az eredmény gyerekeknél,nőknél és férfiaknál egyaránt !  Bemutatkozik a Santal átváltoztatjuk zsírégető club !  Egy program ami biztos eredmény már 20 éve !  6 hét – 6 kiló |
| **10.20 – 11.20**  **Body-balls Complex**  **Kiss Anita – Body- balls prominent trainer**  **Budapest**  **TRX – az új eszköz az alakformálásban és zsírégetésben Magyarországon Kezdési időpontok:**  **30 perces kedvcsináló könnyített edzések**  **10.00, 10.30 11.00 14.00 14.30 15.00**  **Férfiakat és nőket is várunk!**  **11.30 – 12.00**  **Bemutató**  **Tai Chi az egészségmegőrzésben**  **Paksi Tai ji Quan sportegyesület**  **Idősebbek alakformáló edzése – férfiaknak és hölgyeknek egyaránt !**  **50 fölött**  **Órakezdés**  **13.00**  **Tartja : Szendrey Anna szakmai vezető**  **Az órákra csak a regisztrációkor lehet jelentkezni !** | **9.00 – 9.30 Átváltoztatjuk a ruhatárát !**  **Nemes Nikolett divat designer, stilus elemző** |
| **9.45 – 10.15**  **Átváltoztatjuk étkezését !**  **Géringer Noémi Santal team Dietetikus** |
| **10.45 – 11.30**  **Átváltoztatjuk folyadék fogyasztását!**  **A lúgos víz szerepe az a szépészetben, az egészségmegőrzésben és a fogyásban !**  **Mérgező vízből éltető víz !**  **Tibai Eszter**  **Biyovis szaktanácsadó, mesterkozmetikus**  **11.00 – 12.30**  **Egy kicsit másképpen – Együk magunkat csinosra a makrobiotika segítségével !**  **Sebestyén Szilvia főzőshowja és ételkóstolója**  **12.30 – 13.00**  **Piszke péksütemények a fogyásban**  **13.00 – 13.40 Ehető virágok a gasztonomiában indul a Santal wellness táplálkozás tanfolyamunk**  **Kovács János mesterszakács**  **13.30 – 14.00**  **Borkultura és biolevek az egészségben**  **Bio borászat – Dobosi pincészet** |
|  |
|  |
|  |
|  |